

Sehr geehrte Eltern und/oder Erziehungsberechtigte von „High School Health“-Schülerinnen und Schülern,

Der Schulbezirk „Adams 12 Five Star Schools“ setzt sich dafür ein, Schülerinnen und Schülern auf ihrem Weg zum jungen Erwachsenen dabei zu helfen, gesund und selbstbewusst zu sein. Als Teil dieses Engagements und in Übereinstimmung mit den umfassenden Gesundheitsstandards des Bildungsministeriums von Colorado (Colorado Department of Education) werden Ihre Schülerinnen und Schüler im Rahmen des Gesundheitsunterrichts an der High School (High School Health) mehr über persönliches Wohlbefinden, gesunde Ernährung, mentales und emotionales Wohlbefinden, Wohlbefinden in Beziehungen, umfassende menschliche Sexualität, Gewaltprävention und Drogenmissbrauch lernen. „Adams 12 Five Star Schools“ hält sich an die akademischen bundesstaatlichen Standards für Gesundheit sowie an das geltende Recht von Colorado, wonach eine umfassende Gesundheitserziehung evidenzbasiert, medizinisch korrekt, altersgerecht und kultursensibel sein muss. Bitte wenden Sie sich an die/den Gesundheitslehrer/in Ihrer/Ihres Schülerin/Schülers, wenn Sie weitere Fragen zu den Unterrichtsinhalten und -materialien haben oder den Lehrplan für den Gesundheitsunterricht einsehen möchten.

Wenn Sie Ihre/n Schüler/in ganz oder teilweise von den Lerneinheiten in „High School Health“ befreien möchten, füllen Sie bitte das nachstehende Formular aus und geben Sie es bis zum angegebenen Datum an die/den Lehrer/in Ihrer/Ihres Schülerin/Schülers zurück. Wenn Sie sich dafür entscheiden, Ihre/n Schüler/in von einer der unten aufgeführten Einheiten oder Lektionen zu befreien, erhält Ihr/e Schüler/in eine alternative Aufgabe von der/dem Gesundheitslehrer/in, die sie/er während der Unterrichtszeit, die Ihr/e Schüler/in für die befreite(n) Lerneinheit(en)/Lektion(en) versäumt, bearbeiten muss.

Bitte senden Sie dieses Formular nur zurück, wenn Sie Ihre/n Schüler/in von einer der unten aufgeführten Lerneinheiten und/oder Lektionen befreien möchten. Das ausgefüllte Formular muss bis zum nachfolgend angegebenen Datum an die/den Gesundheitslehrer/in Ihrer/Ihres Schülerin/Schülers zurückgesendet werden: _____
Sollte dieses Formular nicht fristgerecht zurückgesendet werden, wird Ihr/e Schüler/in an allen unten aufgeführten Lerneinheiten und Lektionen teilnehmen.

Mein/e Schüler/in soll von der Teilnahme an den folgenden Lerneinheiten und/oder Lektionen befreit werden – Zutreffendes bitte ankreuzen:

- Lerneinheit 1: Persönliches Wohlbefinden** - In dieser Lerneinheit setzen sich die Schülerinnen und Schüler persönliche Ziele, um ihre geistige, soziale und emotionale Gesundheit zu verbessern. Die Schülerinnen und Schüler setzen sich auch dafür ein, die geistige und emotionale Gesundheit für sich selbst und für andere zu verbessern oder aufrechtzuerhalten. Die 6 Gesundheitsdimensionen und das Entscheidungsfindungsmodell werden vorgestellt.
- Lerneinheit 2: Ernährung** - In dieser Lerneinheit analysieren die Schülerinnen und Schüler die Vorteile einer gesunden Ernährung und die Folgen einer ungesunden Ernährung. Die Schülerinnen und Schüler analysieren auch, wie Familie, Gleichaltrige, Medien, Kultur und Technologie die Wahl einer gesunden Ernährung beeinflussen, und zeigen Wege auf, wie sie Verantwortung für eine gesunde Ernährung übernehmen können.
- Lerneinheit 3: Mentales und emotionales Wohlbefinden** - In dieser Lerneinheit setzen sich die Schülerinnen und Schüler dafür ein, die geistige und emotionale Gesundheit für sich selbst und für andere zu verbessern oder aufrechtzuerhalten, und analysieren die Ursachen für suizidales Verhalten sowie die Schritte, die erforderlich sind, um Hilfe einzuholen. Die Schülerinnen und Schüler lernen die Faktoren kennen, die sich auf Stress, Depressionen und Ängste auswirken, und erfahren, wie sie positive Bewältigungsstrategien anwenden können.
- Lerneinheit 4: Drogenmissbrauch** - In dieser Lerneinheit lernen die Schülerinnen und Schüler Konzepte kennen, die sich auf den Konsum oder Nichtkonsum von Alkohol, Tabak und Drogen auswirken. Die Schülerinnen und Schüler entwickeln Fähigkeiten zum Selbstmanagement, um gesunde Entscheidungen in Bezug auf Alkohol, Tabak und Drogen zu treffen, und werden in der Lage sein, die kurz- und langfristigen Auswirkungen und Warnzeichen der verschiedenen Drogenklassen zu erkennen.
- Lerneinheit 5: Gewaltprävention** - In dieser Lerneinheit entwickeln die Schülerinnen und Schüler ein Bewusstsein für Gewaltprävention und werden zu Fürsprechern für sich selbst und andere, indem sie effektive Kommunikationsfähigkeiten einsetzen, um ein Verständnis für verschiedene Perspektiven zu entwickeln und das Risiko von Gewalt zu verringern.
- Lerneinheit 6: Umfassende menschliche Sexualität** - Diese Lerneinheit umfasst die folgenden Lektionen, von denen sich die Schülerinnen und Schüler einzeln abmelden können (kreuzen Sie „Lerneinheit 6“ nur an, wenn Sie Ihre/n Schüler/in von der gesamten Lerneinheit abmelden möchten):
 - Lektion 1: Umfeldeinstellung und Einführung** - Diese Lektion zur Umfeldeinstellung schafft eine sichere, respektvolle und ansprechende Lernumgebung für diese Lerneinheit. Die Lektion beginnt mit der gemeinsamen Erarbeitung von Grundregeln, um ein sicheres und respektvolles Umfeld zu schaffen. Die Lektion endet mit der Anwendung auf das häusliche Umfeld, wobei der Schwerpunkt auf der Rolle der Familie als Mittel zur Förderung der Kommunikation über diese Themen innerhalb der Familie liegt.
 - Lektion 2: Verständnis von Sexualität und Geschlechtsidentität** - Diese Lektion soll den Schülerinnen und Schülern helfen zu verstehen, dass jeder Mensch eine sexuelle Orientierung und eine Geschlechtsidentität hat, und eine

Sprache zu entwickeln, um respektvoll und umfassend über diese Aspekte der Sexualität zu sprechen. Darüber hinaus sollen die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass die Stigmatisierung und Diskriminierung, die sich häufig gegen lesbische, schwule, bisexuelle, Transgender- und LGBT+-Menschen richtet, für alle schädlich und einschränkend ist. Diese Inhalte sind die Grundlage für einen umfassenden Lehrplan zur sexuellen Gesundheit und entsprechen den staatlichen Bildungsstandards.

- ❑ **Lektion 3: Fortpflanzungssysteme und Empfängnis** - In dieser Lektion entwickeln die Schülerinnen und Schüler ein klares Verständnis der menschlichen Fortpflanzungsorgane; sie lernen den Zweck dieser Organe kennen und erfahren, wie sie zusammenarbeiten, um eine Schwangerschaft zu ermöglichen. Nach einer Einführung in beide Fortpflanzungssysteme wird in dieser Lektion die Befruchtung/Empfängnis erklärt. Es ist wichtig zu verstehen, wie und wo dies geschieht, wenn hormonelle Verhütungsmittel eingeführt werden. Die Schülerinnen und Schüler müssen wissen und verstehen, wie ihr Körper funktioniert, wie man ihn pflegt und wie man ihn schützt. Das Wissen über das Fortpflanzungssystem hilft den Schülerinnen und Schülern, die folgenden Lektionen über Schwangerschaft, Geburtenkontrolle, sexuell übertragbare Infektionen (STIs), HIV und AIDS besser zu verstehen.
- ❑ **Lektion 4: Abstinenz und Empfängnisverhütung** - In dieser Lektion lernen die Schülerinnen und Schüler, dass körperliche Intimität zu sexuellen Aktivitäten führen kann, wenn Jugendliche neugierig auf Sex werden. Sexuelle Abstinenz oder Enthaltensamkeit, also der Verzicht auf sexuelle Aktivitäten, hat viele Vorteile, unter anderem kein Risiko einer Schwangerschaft oder einer Geschlechtskrankheit. Sexuelle Abstinenz kommt auch der geistigen, emotionalen und sozialen Gesundheit zugute. Die Schülerinnen und Schüler müssen Herausforderungen und Risikosituationen erkennen und mit ihren Partnern besprechen und bei Bedarf Hilfe einholen. In dieser Lektion geht es auch um Verhütungsmethoden, die eine Schwangerschaft verhindern sollen (einschließlich Abstinenz/Enthaltensamkeit, innere Kondome, äußere Kondome, Coitus interruptus/Herausziehen, Pille, Pflaster, Ring, Spirale, Hormonspritze, Implantat und Notfallverhütungsmittel). Verlässliche Informationen über Empfängnisverhütung sind wichtig. Anhand eines anatomisch korrekten Holzmodells wird die Verwendung eines externen Kondoms und anderer Verhütungsmethoden demonstriert.
- ❑ **Lektion 5: STIs/HIV/AIDS** - In dieser Lektion entwickeln die Schülerinnen und Schüler ein klares Verständnis von sexuell übertragbaren Infektionen (STIs) und deren Auswirkungen auf ihre persönliche Gesundheit. Die Schülerinnen und Schüler müssen wissen und verstehen, wie sie sich vor sexuell übertragbaren Infektionen schützen können, wenn sie sich entscheiden, sexuell aktiv zu werden, und welche Ressourcen in ihrer Gemeinde zur Verfügung stehen, um Hilfe zu erhalten, wenn sie mit einer sexuell übertragbaren Infektion in Berührung gekommen sind. Die Schülerinnen und Schüler lernen auch, wie sie sexuell übertragbaren Infektionen (STIs) vorbeugen können (einschließlich der Verwendung von internen und externen Kondomen und Oralschutztüchern/Lecktüchern).
- ❑ **Lektion 6: Teenager-Schwangerschaft** - In dieser Lektion lernen die Schülerinnen und Schüler die Auswirkungen und Herausforderungen einer Schwangerschaft kennen, insbesondere im Teenageralter. Alle Optionen, die bei einer ungeliebten Schwangerschaft zur Verfügung stehen, werden erörtert und die Vor- und Nachteile jeder Option werden dargelegt.
- ❑ **Lerneinheit 7: Beziehungen** - In dieser Einheit werden die Schülerinnen und Schüler die Merkmale gesunder und ungesunder Beziehungen analysieren. Die Schülerinnen und Schüler werden in der Lage sein, zu erkennen, wie Kommunikation und Toleranz zu gesunden Beziehungen beitragen.

Name der Schülerin/des Schülers: _____ (In Druckbuchstaben)

Unterschrift des Elternteils/der erziehungsberechtigten Person: _____ Datum: _____

E-Mail-Adresse des Elternteils/der erziehungsberechtigten Person: _____